

ПЕРЕДУМОВИ ЗАЛУЧЕННЯ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО ЗАНЯТЬ ДИТЯЧИМ ФІТНЕСОМ З ЕЛЕМЕНТАМИ СПОРТИВНИХ ТАНЦІВ

Анастасія Чеверда

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

Анотація. Визначено передумови залучення дітей старшого дошкільного віку до занять дитячим фітнесом з елементами спортивних танців. *Мета.* Виявити взаємозв'язок між заняттями батьків видами оздоровчого фітнесу і їх стимулюванням своїх дітей до оздоровчих занять з елементами спортивного танцю. *Методи.* Теоретичний аналіз спеціальної науково-методичної літератури та документальних матеріалів, соціологічні методи дослідження, кваліметрія, методи математичної статистики. *Результати.* До соціологічних досліджень долучалися батьки (65 осіб), чиї діти відвідують заняття дитячим фітнесом з елементами спортивного танцю. Оцінку взаємозв'язку між заняттями батьків видами оздоровчого фітнесу і їх стимулюванням своїх дітей до занять здійснювали за допомогою методів нечислової статистики.

Встановлено взаємозв'язок між заняттями батьків оздоровчим фітнесом та їх стимулюванням своїх дітей до оздоровчих занять з елементами спортивного танцю. Визначено чинники, що заважають ефективній оздоровчій діяльності дітей старшого дошкільного віку з елементами спортивного танцю, основними з яких є форсування спортивної підготовки, надмірні фізичні навантаження, неналежна організація програмно-методичного забезпечення. За результатами анкетування встановлено, що провідними мотивами до занять дитячим фітнесом, на думку батьків, виступають здоров'ятвірні, естетичні, соціальні та особистісні групи мотивів.

Ключові слова: діти старшого дошкільного віку, дитячий фітнес, спортивні танці, рухова активність.

Anastasiia Cheverda

PREREQUISITES FOR INVOLVEMENT OVER-FIVES IN FITNESS CLASSES WITH ELEMENTS OF SPORT DANCE

Abstract. The prerequisites for engaging over-fives in fitness with elements of sport dance are identified. *Objective.* To find out the relationship between engagement of parents in health related fitness activities and their stimulating kids to practice health related exercises with elements of sport dance. *Methods.* Theoretical analysis of special scientific and methodological literature and documentary materials, sociological methods of research, qualimetry, methods of mathematical statistics. *Results.* The sociological research involved parents (65 persons) whose children attended fitness classes with elements of sport dance. Assessment of the relationship between parents' fitness classes and their stimulating kids to practice exercises was made by means of non-numerical statistical methods.

The relationship between parents fitness classes and their stimulating kids to be engaged in fitness classes with the elements of sport dance has been established. The factors that interfere with the effective health related activity of over-fives, the main of which are forcing sports training, excessive physical loads, improper organization of program and methodological support have been determined. According to the results of the questionnaire, it was found that, in the opinion of the parents, the leading motives for children fitness practicing are health-giving, aesthetic, social and personal groups of motives.

Keywords: over-fives, children fitness, sport dance, motor activity.

Вступ. Обсяги рухової активності більшості дітей старшого дошкільного віку недостатні, менші від гігієнічно необхідних для підтримання нормального стану здоров'я і постійно зменшуються.

Залучення дітей до регулярних занять руховою активністю є важливою передумовою гармонійного розвитку, зміцнення здоров'я дітей старшого дошкільного віку [6, 8]. На думку науковців,

вирішення проблеми залучення дітей дошкільного віку до оздоровчих занять передбачає розробку інноваційних методик і технологій використання засобів, форм та методів для якісної підготовки до молодшої школи, оскільки традиційна система фізичного виховання є недостатньо ефективною [1, 2]. Проведений аналіз спеціальної науково-методичної літератури свідчить про значний інтерес до розробки та впровадження інноваційних технологій у процес оздоровчих занять старших дошкільників, заснованих на різних видах рухової активності. Одним із найпопулярніших видів рухової активності серед дошкільного контингенту є спортивний танець, заняття яким сприяють всебічному гармонійному розвитку особистості людини, розкривають творчі здібності та формують характер. Науковці наголошують, що участь дітей у програмах рухової активності часто лімітується низькою активністю та обізнаністю батьків у цих питаннях [4, 5].

Дослідження проведено відповідно до плану науково-дослідної роботи НУФВСУ на 2016–2020 рр., згідно з темою кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення» (номер держреєстрації 0116U001630).

Мета дослідження – визначити передумови залучення дітей старшого дошкільного віку до занять дитячим фітнесом з елементами спортивних танців, виявити взаємозв'язок між заняттями батьків видами оздоровчого фітнесу і їх стимулюванням своїх дітей до оздоровчих занять з елементами спортивного танцю.

Методи дослідження: теоретичний аналіз спеціальної науково-методичної літератури та документальних матеріалів, соціологічні методи, методи математичної та нечислової статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. До участі у дослідженні було запрошено батьків (65 осіб), чії діти відвідують заняття дитячим фітнесом з елементами спортивного танцю. Вони взяли участь в обговоренні нагальних проблем, що виникають в ході організації оздоровчої діяльності дітей старшого дошкільного віку засобами спортивних танців [7, 9]. Результати було ґрунтовно вивчено й детально проаналізовано [3]. З'ясувалося, що основний контингент дітей, які займаються спортивними танцями, це ті, які відвідували заняття від одного до шести місяців, – 55,38 % (n = 36). Майже третина дітей – 29,23 % (n = 19) – нещодавно приступили до занять, а 15,38 % (n = 10) займаються понад пів року.

Стосовно питання «Чи задоволені Ви результатами занять?» 80 % (n = 52) батьків відповіли ствердно, 20 % (n = 13) висловили побажання до удосконалення процесу організації занять.

Зазвичай діти із задоволенням відвідують заняття – так засвідчили 72,31 % (n = 47) респондентів. При цьому 25,08 % (n = 15) з них частіше займаються спортивними танцями із задоволенням. 4,62 % (n = 3) опитаних батьків зауважили, що інколи діти не бажають іти на заняття. Це свідчить про необхідність впровадження додаткових мотиваційних заходів у оздоровчу діяльність дітей старшого дошкільного віку.

У ході дослідження було виявлено, що максимальна частка батьків – 41,54 % (n = 27), які водять дитину на заняття з елементами спортивного танцю, є шанувальниками саме цього виду танців. Крім того, значна частка батьків – 32,31 % (n = 21) – зупинилася на спортивних танцях з урахуванням активності дитини, її прихильності до такого виду рухової активності. Інші стимули розподілилися так: 10,77 % (n = 7) – прислухалися до рекомендацій друзів, які мають власний досвід, 9,23 % (n = 6) – до рекомендацій знайомого тренера та лише для 6,15 % (n = 4) поштовхом була порада лікаря. Тільки 52,31 % (n = 34) батьків заперечили наявність відхилень у стані здоров'я їхніх дітей, при цьому по 13,85 % (n = 9) з них вказали на порушення постави й часту захворюваність, 10,77 % (n = 7) – на порушення опорно-ресорних властивостей стопи, 6,15 % (n = 7) – на надмірну масу тіла і 3,08 % (n = 2) повідомили, що діти мають хронічні захворювання.

Серед опитаних батьків переважна більшість, а саме 83,08 % (n = 54), має намір продовжувати водити дітей на заняття спортивними танцями, а 16,92 % (n = 11) ще не до кінця визначилися з планами на майбутнє. Як показали результати анкетування, батьки, які почали залучати дітей до активного способу життя, більш за все й надалі готові стимулювати їх до занять оздоровчою діяльністю.

Окрім питань, пов'язаних із дітьми зазначеної категорії, ми вирішили з'ясувати ставлення батьків до занять оздоровчим фітнесом і ступінь їх залучення до цієї системи. Так, на запитання «Чи займаєтеся Ви оздоровчим фітнесом?» 24,62 % (n = 16) респондентів вказали, що займаються систематично, 60 % (n = 39) батьків відповіли, що відвідують заняття, проте не регулярно, а 15,38 % (n = 10), на жаль, не залучені до системи оздоровчого фітнесу взагалі.

За відповідями на запитання «Чи займаєтеся Ви оздоровчим фітнесом з елементами танців?» респонденти розподілилися так: «так» відповіли 16,92 % (n = 11) опитаних, «іноді» – 55,38 % (n = 36), «ні» – 27,69 % (n = 18).

У ході дослідження нам видалося цікавим простежити взаємозв'язок між ступенем залучення батьків до системи оздоровчого фітнесу й за-

Таблиця 1 – Оцінка взаємозв'язку між ступенем залучення батьків до системи оздоровчого фітнесу й заняттями дітей спортивними танцями

Показник	Числове значення		Висновок	
	b	c		
Критерій χ^2	15,78*	13,48**	Існують підстави сумніватися у відсутності зв'язку між ознаками ($p < 0,05$)	
Інформаційний коефіцієнт, χ_1^2	12,43*	12,23**	Існує статистично значущий ($p < 0,05$) зв'язок між заняттями батьків і стимулюванням дітей	
Коефіцієнт спряженості Крамера, K	0,493*	0,455**	На 24,3 % (20,7 %) ступінь залучення батьків має вплив на заняття дітей	
γ -критерій Гудвела-Краскела (невизначеності)	0,576*	0,519**	Знання інформації про оздоровчу поведінку батьків дозволяє на 57,6 % (51,9 %) зменшити похибку прогнозу щодо поведінки стосовно дітей	
Критерій Сомера, D	0,421*	0,248**	У 42,1 % (24,8 %) випадків оздоровча поведінка батьків має вплив на стимулювання ними занять дітей	
Критерій Кендалла, тау b-c	b	0,299*	0,359**	Знаючи про заняття батьків, можна на 29,9% (35,9%) точніше передбачити їх поведінку відносно занять дітей
	c	0,237*	0,291**	
Ентропійний коефіцієнт Тейла (невизначеності)	0,137*	0,131**	На 13,7% (13,1%) випадків скоротиться неправильний прогноз щодо продовження занять дітей за умови знання про заняття батьків	

Примітки: оцінка ступеня залучення батьків до занять: *оздоровчим фітнесом; **оздоровчим фітнесом з елементами спортивного танцю

няттями дітей з елементами спортивних танців (табл. 1).

Встановлено, що батьки, які самі ведуть активний спосіб життя й займаються видами оздоровчого фітнесу, зокрема й з елементами спортивного танцю, статистично значуще ($p < 0,05$) більш відповідально ставляться до рухової активності своїх дітей, їхні заняття посилюють потяг до удосконалення рухових якостей дітей. Причому, як видно з таблиці 1, заняття оздоровчим фітнесом батьків більшою мірою впливають на їх стимулювання дітей до занять спортивними танцями, ніж заняття фітнесом з елементами танців. Тож ми прийшли до висновку, що не так важливо, яким саме видом рухової активності займаються батьки, як сам факт їх залучення до системи оздоровчого фітнесу. У такому випадку батьки частіше схильються до необхідності виховання культури рухів у своїх дітей. Отже, широка пропаганда засад здорового способу життя серед юнацтва та молоді й їх заохочення до занять оздоровчим фітнесом неминуче призводить до передачі власного досвіду прийдешнім поколінням і відкриває перспективи до оздоровлення суспільства загалом. Окрім впливу оздоровчої поведінки батьків на виховання ними фізичної культури у своїх дітей, нами було вивчено мотиваційні пріоритети батьків у виборі оздоровчих занять з елементами спортивного танцю для дітей старшого дошкільного віку. Слід вказати, що попередньо структуру мотиваційних чинників було представлено чотирма компонентами: здоров'ятвірні, естетичні, соціальні та особистісні мотиви (рис. 1).

Дослідження показало, що серед здоров'ятвірних переважали мотиви зміцнення здоров'я

дітей (1,54; 1,25), причому надалі дані представлені у вигляді (\bar{r} ; s), де \bar{r} – середній ранг, s – стандартне відхилення від середнього, бажання запобігти порушенню постави (2,34; 0,83), а також намір підвищити рухову активність дітей (3,22; 0,91).

Найбільш значущими естетичними мотивами виявилися мотиви формування пропорційної статури (1,98; 1,42), удосконалення постави, ходи, рухів (2,17; 0,91) і формування музичного смаку (3,34; 0,85).

Важливими соціальними мотивами виявилися збільшення кола друзів у дитини (1,80; 1,21), формування вміння взаємодіяти з партнером, колективом, тренером (2,95; 1,41), а також можливість цікаво проводити дозвілля (3,17; 1,55).

Група провідних особистісних мотивів включала намір розвинути у дитини впевненість у собі (2,09; 1,26), досягнення гармонійності розвитку (2,83; 1,67) й подолання страху виступати на публіці (3,17; 1,29).

Варто вказати, що з усіх перелічених мотивів залучити дитину до занять спортивними танцями головними виявилися: зміцнення здоров'я, збільшення кола друзів, а також гармонійний фізичний розвиток.

Аналіз чинників, які, на думку батьків, заважають ефективним заняттям дитини оздоровчою діяльністю, показав, що, на жаль, несприятливі соціально-економічні умови часто стають на заваді бажанням відвідувати заняття з елементами спортивного танцю (2,15; 0,91). Водночас батьки вказують на недостатню вмотивованість дітей (2,60; 1,59), а також на брак пропозицій у сфері оздоровчого фітнесу для дітей старшого дошкільного віку (2,62; 2,04) (рис. 2).

Якщо вплив на соціально-економічні умови та діяльність фітнес-клубів не розглядався у рамках

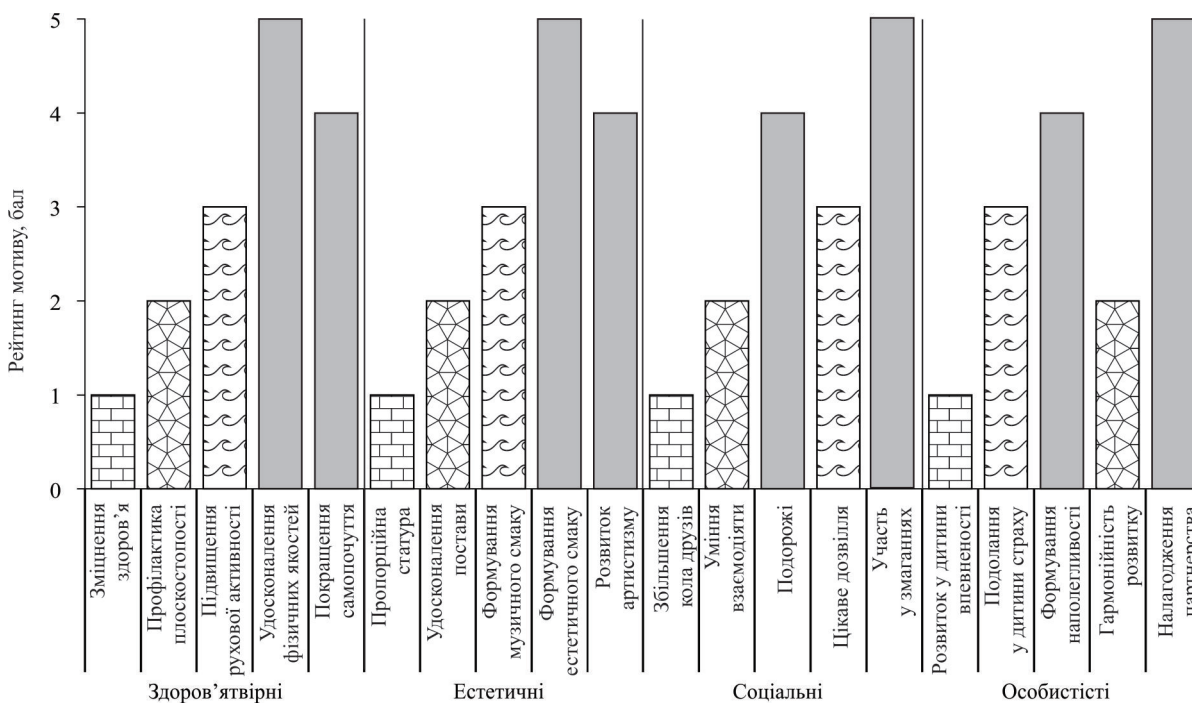


Рисунок 1 – Мотиваційні пріоритети батьків щодо занять дітей руховою активністю (РА) з елементами спортивного танцю (n = 65)

нашого дослідження, спинимось детальніше на недостатній вмотивованості дітей. Дійсно, значне поширення інноваційних технологій змінило структуру дозвілля не лише школярів і юнацтва, а й дітей старшого дошкільного віку. Комп'ютерні ігри, вільний доступ до дитячих програм у мережі Інтернет, інші комп'ютерні розваги спричинили значне зниження у дітей потягу до рухової ак-

тивності: суттєво скоротився час на рухливі ігри на свіжому повітрі або й взагалі діти перестали брати участь в активному дозвіллі. Не дивно, що й спеціально організована рухова активність дітей потребує додаткових мотиваційних заходів. З нашої точки зору, з огляду на викладені проблеми, для залучення дітей старшого дошкільного віку до занять значної уваги потребує розробка мотива-

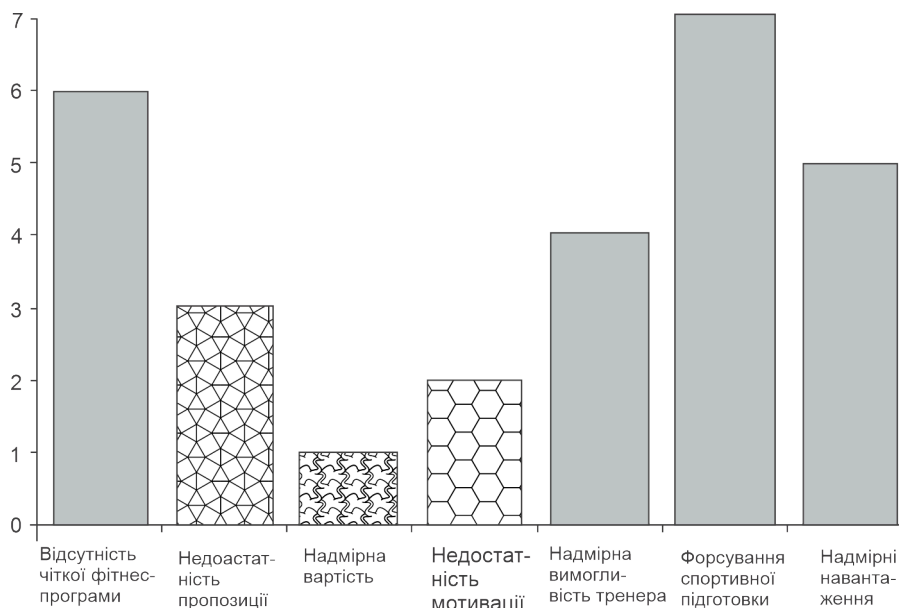


Рисунок 2 – Чинники, що заважають ефективній оздоровчій діяльності дітей старшого дошкільного віку з елементами спортивного танцю (n = 65)

ційного блоку фітнес-програми з елементами спортивного танцю.

Висновки. У ході дослідження визначено передумови залучення дітей дошкільного віку до занять дитячим фітнесом з елементами спортивних танців. Встановлено взаємозв'язок між заняттями батьків оздоровчим фітнесом та їх стимулюванням своїх дітей до оздоровчих занять з елементами спортивного танцю. Визначено чинники, що заважають ефективній оздоровчій діяльності дітей старшого дошкільного віку, основними з яких є форсування спортивної підготовки, надмір-

ні фізичні навантаження, неналежна організація програмно-методичного забезпечення. За результатами анкетування встановлено, що провідними мотивами до занять дитячим фітнесом, на думку батьків, є здоров'ятвірні, естетичні, соціальні та особистісні.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці програми занять дитячим фітнесом з елементами спортивних танців для дітей старшого дошкільного віку та оцінці її ефективності.

Конфлікт інтересів. Автор заявляє, що відсутній будь-який конфлікт інтересів.

Література

1. Андреева О, Сухомлинов Р. Організація оздоровчо-рекреаційної рухової активності дітей дошкільного віку в умовах клубних занять. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2016; 3: 29–32.
2. Андреева ОВ, Чернявський МВ. Оцінка доцільності впровадження рекреаційно-оздоровчих технологій в процес фізичного виховання молодших школярів. Спортивний вісник Придніпров'я. 2009; 2–3: 17–19.
3. Денисова ЛВ, Усиченко ВВ, Бишевец НГ. Застосування нечислової статистики в спортивно-педагогічних дослідженнях. Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. 2011; 92(2):210-3.
4. Москаленко Н, Полякова А, Ковров Я. Сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи у дошкільних закладах. Спортивний вісник Придніпров'я. 2013; 1: 40-42.
5. Пангелова НЄ. Теоретико-методичні засади формування гармонійно розвиненої особистості дитини дошкільного віку в процесі фізичного виховання [дисертація]. Переяслав-Хмельницький, 2014. 445 с.
6. Старченко АЮ. Оптимізація фізкультурної освіти старших дошкільнят на основі застосування засобів дитячого фітнесу [автореферат]. Дніпропетровськ, 2015. 21 с.
7. Сухомлинов Р, Андреева О. Особливості клубної форми організації рекреаційно-оздоровчих занять дітей дошкільного віку. Молодіжний вісник Східноєвропейського національного державного університету. Луцьк, 2017; 25: 67-71.
8. Петренко НБ, Филиппов ММ. Изменение физического и психофизического развития дошкольников с речевыми отклонениями под влиянием занятий с использованием танцевально-коррекционной программы. Journal of Education, Health and Sport formerly Journal of Health Science. Poland [Интернет]. 2016;6(10):471-84.
9. Andrieieva OV, Sainchuk OM. Approach to evaluating health level and adaptation possibilities in schoolchildren. Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. 2014. 2,3-8.

Literature

1. Andreieva O, Sukhomlynov R. Organization of health related and recreational motor activity of preschool children in conditions of club sessions. Teoriia i metodyka fizykhovannia i sportu. 2016; 3: 29–32.
2. Andreieva OV, Cherniavskiy MV. Assessment of the feasibility of introducing recreational and health related technologies in physical education of junior schoolchildren. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. 2009; 2–3: 17–19.
3. Denysova LV, Usychenko VV, Byshevets NH. Non-numeric statistics usage in sports and pedagogical studies. Visnyk Chernihivskoho derzhavnoho universytetu imeni T. Shevchenka. 2011; 92(2):210-3.
4. Moskalenko N, Poliakova A, Kovrov I. Modern approaches to organization of physical culture and health related work in preschool institutions. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. 2013; 1: 40-42.
5. Pangelova NI. Theoretico-methodical bases of formation of harmoniously developed personality of preschooler in the process of physical education [dissertation]. Pereiaslav-Khmelnytskyi, 2014. 445 p.
6. Starchenko AI. Optimizing physical education of over-fives on the basis of children fitness means [abstract]. Dnipropetrovsk, 2015. – 21 p.
7. Sukhomlynov R. Andreieva O. Features of club form of organizing recreational and health related sessions for preschoolers. Molodizhnyu visnyk Skhidnoevropeyskoho derzhavnoho universytetu, Lutsk, 2017; 25: 67-71.

8. Petrenko NB, Filippov MM. Change of physical and psychophysical development of preschoolers with verbal disorders by sessions with use of dancing and correcting program. Journal of Education, Health and Sport formerly Journal of Health Science. Poland [Internet]. 2016;6(10):471-84.

9. Andrieieva OV, Sainchuk OM. Approach to evaluating health level and adaptation possibilities in schoolchildren. Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. 2014. 2, 3-8.

Надійшла 30.08.2019

Інформація про автора

Чеверда Анастасія Олегівна
<https://orcid.org/0000-0001-9426-6608>,
trofimo4ka92@gmail.com

Національний університет
фізичного виховання і спорту України,
03150, Київ, вул. Фізкультури, 1

Information about the author

Cheverda Anastasiia
<https://orcid.org/0000-0001-9426-6608>,
trofimo4ka92@gmail.com

National University of Ukraine
on Physical Education and Sport,
03150, Kyiv, Fizkul'tury str., 1